

母亲的大智慧



母亲读书不多，却是一位有着大格局、大智慧的女性。她的善良、聪慧、远见卓识……都令我深深地喟叹和折服。

在我的印象中，母亲与他人相处得总是非常和谐，从来不会动怒生气，尤其是在处理婆媳关系上。在几十年的共同生活中，母亲和奶奶一直相处融洽，数十年如一日，关系好得就像亲母女。在日常起居里，母亲将奶奶照顾得无微不至，细心打理着奶奶的衣食住行，精神矍铄的奶奶逢人就夸母亲，邻居们都羡慕她们的感情深厚。我以前觉得婆媳大战这种事是假的，长大后我才知道这是母亲用智慧处理的结果。我曾无意间问及母亲如何将婆媳关系处理得这样好，母亲温柔地笑着说道：“奶奶是一位非常伟大的母亲，她含辛茹苦地将父亲养大成人，我才有机会遇到你父亲这么个优秀的人。而且，每个人都希望自己的另一半能够善待自己的父母，人要学会换位思考……”

对于读书，母亲给予了我最大的鼓励和支持。小学毕业后，村里同年龄段的孩子都陆续辍学了，最后只剩下我一人坚持着。初中3年，我听到最多的话就是村里人劝母亲让我辍学回家务农，帮家里干活赚钱，甚至有的人还说出“读书不如种地”类似的酸话。面对大家的“劝诫”和质疑，母亲总是告诉我不要在意，用心读书就好。初中毕业后，我通过自己的努力考上了县重点高中，才让村里人对母亲坚持让我读书这件事有了些许改观。上高中后，那些辍学的孩子们已经成了家里的主要劳动力，而父母为了供我读书还欠了外债，“读书无用”的说法再次在村里出现。

母亲看出我心里的压力，语重心长地告诉我，她和父亲供我读书不指望我大富大贵，只是希望我能够有机会走出去看看外面的世界，去寻找不一样的人生。就这样，我从乡村走向城市，到江南上大学、读研，毕业后又找到了一份令人艳羡的工作。母亲用她的智慧“送我上青云”，回击了“读书无用”的质疑声。

曾几何时，我一度自得取得的成绩，却在偶然间发现在母亲的智慧面前，那些成绩都不值一提。前段时间，突如其来的工作变动搞得我措手不及，让我变得异常焦虑烦躁。每天下班回到家，我便向家人大吐苦水，不停地吐槽工作中不满的人和事。几天之后，当我再次发牢骚时，母亲问我可有能力改变？我脱口而出说没有。母亲又问我是否想离职吗？我立即反驳说当然不想。听到我

的回答，母亲语气平和地说道：“你既然无法改变，又不想离开，那就得适应。生活中的很多事都是这样，你无法改变也无法选择，那就只能调整自己的心态，积极面对，而不是一味抱怨，要学会积攒正能量……”母亲说抱怨就是内耗，既不能解决问题又会伤害自己。母亲的一席话让我醍醐灌顶、茅塞顿开。我静下心来仔细回想这段时间自己的工作状态，确如母亲所说。于是，在之后的工作中，我尝试调整心态，乐观地面对一切困难，积极地寻求解决办法。经过一段时间的调整，整个人又开朗起来，工作也显得顺畅很多。

对我来说，母亲就像一本厚厚的百科全书，里面收藏着诸多的人生哲理和生活智慧，值得我用一生的时光去细细翻阅和品读。

张强强

“固执”的母亲

母亲走路快，干活快，好似从不知疲倦地忙碌着，家里地里一把好手，是一大家子人的“主心骨”。

母亲孝顺，对老人总是尽心竭力地照顾。姥爷的突然离世让母亲心痛不已。送走姥爷，母亲每天傍晚步行几里路去跟姥姥作伴，料理家务，清晨为姥姥做好饭，赶在弟弟上班前回家，开始一天的活计。为节省时间，母亲学会了骑自行车往返，三年如一日，直到把姥姥送走。

母亲温柔，对儿女和蔼可亲、宽严相济。儿时，母亲无论多忙，都要督促我们学习，她常说：“学习再累，也比土里刨食轻松。技多不压身，学会了可以不做，但不能不学。”在母亲的谆谆教诲下，我们姐弟至今保持着每天读书学习的习惯。

在母亲的庇护照顾下，我们一步步成长起来。每当想起婚后住在娘家8年，我就感慨不已。曾记得邻居指着下班回家的我说：“看把你娘累成啥样了？你娘一手抱着你闺女，一手握着扁担往地里送粪，别人替她抱孩子，她还不放心……”直听得我羞愧不已。

曾记得领导让正备课的我回家一趟。当我急急忙忙地赶到家，看见局促不安的母亲抱着不满周岁的外孙晃来晃去。原来是弟弟不小心碰倒了暖瓶，热水洒到孩子的脚上烫伤了，母亲很自责。望着诚惶诚恐的母亲和弟弟，我的眼泪夺眶而出。母亲既要忙地里的庄稼，照顾一家人的饮食起居，还要帮着带大两个外孙，该自责的是我啊。

当我们有能力回馈母亲时，她却不愿接受。前些年，父亲做心脏手术，我和弟弟商量着暂时瞒过母亲。办理新农合时，母亲知道了。她惦记住院的父亲，也为我们的请假奔波过意不去，还因为我们承担大额医疗费埋怨父亲。她一直说：“女婿好，儿媳好，花这么多钱，人家都没言语，这让我以后怎么面对人家啊……”

每次回家，我们总要给母亲带点日用品，却总得想好让她留下的理由，不然她说什么都不要。上次回家，我又和母亲因为买东西没找到合适的理由起了争执，母亲执意说总花孩子们的钱，她不忍心。

母亲总是这样，只有付出，从不索取回报。我知道她已经习惯了我们在她的羽翼下生活。是时候该让她卸下担子轻松接受我们的回馈和感恩了，尽管我们知道这需要时间。

庞丽英

重视“适老化”提醒

在现代社会，随着人口老龄化的加剧，“适老化”这个词用得越来越频繁：服装“适老化”、食堂“适老化”、公寓“适老化”、交通“适老化”、短剧“适老化”……如何让老年人的生活更加安全、便捷和幸福，成为了社会关注的焦点。“适老化”提醒，作为一种针对老年群体的关怀措施，也应尽快渗透到老年人生活的方方面面。

药品使用提醒

老年人由于眼神不济，用药时难免有找不到药、看不清说明的情形。大号字体的用药说明，让老年人一眼就能看清药物名称、用法和用量。此外，智能药盒、手机应用程序等现代科技产品也能定时发出提醒，确保老年人不错过每一次用药。

食品安全提醒

在食品包装上使用明显标志，如过期日期、食用方法等。相关部门和社区定期发布食品安全指南，提醒老年人如何辨别食品质量，科学储存食物，让老年人吃得放心、吃得健康。

金融安全提醒

面对层出不穷的金融诈骗，老年人往

往成为受害对象。金融机构和相关部门通过举办讲座、发放宣传册等形式，提醒老年人如何识别金融陷阱，提高他们的风险防范意识。

在金融广告中加入特别提示，警示老年人谨慎投资，保护自己的财产安全。

交通安全提醒

在交通信号灯、路标等设施上使用更醒目的颜色和字体，有助于老年人及时识别交通信息。同时，通过交通安全宣传，提醒老年人遵守交通规则，提高他们的出行安全意识。

健康生活方式提醒

社区定期举办健康讲座提醒老年人进行适量的活动、保持健康饮食习惯。此外，发布预防常见疾病的指南，帮助老年人掌握健康知识，实现健康老龄化。

网络安全提醒

提供简化的网络安全指南，教会老年人识别网络诈骗、钓鱼网站。在社交媒体和电子邮件中加入安全提示，提高老年人的网络素养。



家用电器使用提醒

简化操作指南、使用提醒贴纸，让老年人轻松掌握家电使用方法。

紧急情况应对提醒

相关机构和组织教老年人如何使用紧急呼叫设备，如生命报警器，确保在遇到危险时能及时求助。发布应对自然灾害和紧急情况的指南，提高老年人的应对能力。

社区服务提醒

社区服务中心通过公告栏、宣传册等形式，用大字体现相关服务，提醒老年人享受免费体检、疫苗接种等服务。

日常生活辅助提醒

智能设备、应用程序等现代科技产品可提醒老年人重要约会、朋友生日等。此外，提供记忆辅助工具，如日历、备忘录等，让老年人不再为遗忘重要事项而烦恼。

总之，“适老化”提醒体现的是社会对老年群体的关爱，有助于提高他们的生活质量和社会安全感。让我们共同努力，为老年人创造一个更加温馨、安全的生活环境。

明伟方

积极看待“蹭老式消费”



最近，一款目标受众为老年人的座椅拐杖竟在年轻人中畅销，近一周来在淘宝平台搜索量暴涨125%。网友热评：20岁正是拄拐的年纪。可以说，这个事件的火爆，也折射出年轻人“蹭老式”消费的新兴趋势。

这款老年人使用的座椅拐杖究竟有何魅力呢？其实，该拐杖不仅具备传统的支撑功能，还可展开为一张小凳子。这样的设计将拐杖与座椅二合一，为使用者提供了极大的便利，特别是对于经常外出或参与户外活动的年轻人来说，能够在疲劳时随时休息，极大地提升了出行的舒适度，自然成为了年轻人出行的“便携座椅”。

近年来，类似年轻人跟随老年人需求的现象并不鲜见，被称为“蹭老式消费”。

诸如，年轻人喜欢到老年人食堂吃饭，年轻人住进老年人公寓，年轻人去上老年大学，年轻人参加老年人旅行团。“蹭老式消费”也不奇怪，有其合理化的一面。一些专为老年人提供的服务项目，本身就具有适合年轻人需要的优点。以老年人食堂来说，价格上经济实惠，菜品丰富，还主打一个营养。老年人公寓安静，服务周到，这有利于年轻人的学习与休息。老年大学的课程多是培养业余爱好的内容，刚好适合年轻人用来提高生活技能、陶冶情操。

“蹭老式消费”的兴起对促进消费也是启示——产品与服务要能接地气，要能挠到需求的痒处，能为生活带来方便。诸如，随着生活观念的改变，大家都明白饮食上少油、少盐、少糖的重要性，可是

年轻人生活节奏快，很难达到，而针对老年人健康需求的食谱，就可以向年轻人推广。

当然，随着社会逐步发展，老年人的消费观念也在逐渐变化，他们不再局限于传统的消费领域，这为“蹭老式”消费提供了更多机会，拉近了不同年龄群体之间的距离。通过参与老年消费市场，年轻人也有机会与老年人进行互动和交流，增进代际间的理解，减少代际矛盾。

也有网友担心，年轻人“蹭老”会不会挤占老年人的消费资源？

事实上，年轻人涌入老年消费市场不仅不会过度挤占老年人的消费资源，反而会为“银发经济”注入新的活力，为更好地服务老年人提供新思路。

据《快乐老人报》